

MH COUNSELLING & COACHING GMBH

Seminar / Training / Coaching / Outdoor

MEIN ERFOLG

4 – TEILIGER WORKSHOP

PROZESSBEGLEITEND



Erfolg! Ein viel verwendeter und schnell gesagter Begriff in unserer erfolgsorientierten Welt. Doch was bedeutet Erfolg wirklich? Wie definiert sich Erfolg? Welche Bedeutung hat Erfolg für mich als Individuum? In welchen Bereichen ist mir Erfolg wichtig? Warum bin ich erfolgreich und weshalb scheitere ich manchmal? Wie kann ich meinen Erfolg steuern? Was brauche ich dazu?

Zu all diesen Fragen und vielen mehr liefert dieser **4-teilige Workshop** Antworten. Antworten aus der Psychologie, aus dem Mentaltraining, aber hauptsächlich Antworten, die sich jede(r) TeilnehmerIn selbst geben kann. Die **Prozess Begleitung** über 4, inhaltlich aufeinander aufbauende Workshops und über einen Zeitraum von ca. 1 Jahr ermöglicht den TeilnehmerInnen eine dauerhafte und nachhaltige Auseinandersetzung mit dem Thema Erfolg. Die TeilnehmerInnen erkennen, wie wichtig es ist, **Eigenverantwortung** zu übernehmen und sich mit **Veränderungen** auseinanderzusetzen. Erfolgreicher zu sein, als man bisher war, bedingt eine neue Herangehensweise, eine neue Werthaltung, eine **Neu-Orientierung**, alte Gewohnheiten abzulegen und Neues auszuprobieren. Sogenannte „Hausaufgaben“ zwischen den einzelnen Workshops geben den TeilnehmerInnen die Möglichkeit diese notwendigen Veränderungen langsam in ihren Alltag zu integrieren.

Mitarbeiter und Teams, die an diesen Workshops teilgenommen haben, **berichten** von nachhaltigen Veränderungen in ihrem Leben, die durchwegs zu mehr Erfolgserlebnissen, mehr Zufriedenheit, einer verbesserten Lebenssituation im Beruf, aber auch im Privatleben geführt haben. Welche Lebensbereiche das sind und welche Verhaltensmuster, Gewohnheiten, Denkweisen und bisher gültige Lebensphilosophien dafür geändert werden, liegt in der Verantwortung der TeilnehmerInnen.

Unternehmen, deren MitarbeiterInnen diese Workshop Serie besucht haben, **berichten** von einer **besseren Stimmung am Arbeitsplatz**, einem **verstärkten Teamgefüge**, wahrnehmbarer, **erhöhter Motivation**, vermehrter **Eigenständigkeit** und **Eigenverantwortlichkeit** der MitarbeiterInnen in deren Verantwortungsbereichen, bis hin zu einer **Steigerung der Verkaufs- und Umsatzzahlen**.

MH COUNSELLING & COACHING GMBH

Seminar / Training / Coaching / Outdoor

ERFOLG – Aufbau und Inhalte der Workshop Serie

1. ERFOLG – eine Auseinandersetzung– 1,5 Tage

– persönliche Erfolgsdefinitionen – was macht Erfolg aus – persönliche Erfolgsfaktoren und Stärken – Stolpersteine erkennen und erfolgreich beseitigen – Lösungsstrategien zur Steigerung des beruflichen/privaten Erfolges – eigenverantwortlicher, bewusster Umgang mit Erfolg – setzen erster Transfermaßnahmen für Veränderungen im Alltag

2. VERÄNDERUNG, – eine Notwendigkeit – 1,5 Tage

– die Notwendigkeit und die Vorteile von Veränderung – Das Wesen von Veränderungsprozessen – die Komfortzone und die Entwicklungszone – Verhaltensautomatismen verstehen und verändern lernen – Tipps zur Verhaltensänderung, bzw. Umgang mit Veränderungen

3. VERTRAUEN – SELBSTVERTRAUEN – eine Grundvoraussetzung – 1,5 Tage

– was bedeutet Vertrauen – Definition von Selbstvertrauen – warum vertrauen, bzw. misstrauen wir – (Selbst-) Vertrauen als Voraussetzung für dauerhafte Veränderung – Selbstvertrauen stärken, Mut zur Veränderung gewinnen – Selbstüberwindung, persönliche Vertrauensressourcen definieren und stärken – Vertrauensübungen – Outdoor

4. MOTIVATION – individuell und persönlich – 1,5 Tage

– Quellen persönlicher Motivation– Motivation durch die Brille unterschiedlicher Persönlichkeitstypen (Selbstbild – Fremdbild) – extrinsische vs. intrinsische Motivation – Umgang mit Durststrecken – Eigenmotivation – entfachen des inneren Feuers – finden der eigenen Kraftquellen – Outdoor – Abschlussreflexion



Marc Habermann

Mag. Marc Habermann

ist **dipl. Coach, Trainer, Sportwissenschaftler** und **Sportmanager**. Betreute SportlerInnen sind u. a. Bode Miller, Lindsey Vonn, Nicolas Kiefer und Barbara Schett. Ebenso arbeitet er mit Führungskräften und MitarbeiterInnen von Unternehmen aus Österreich, Deutschland und den USA und hält Vorträge auf internationalen Kongressen und Konferenzen. Seine Kerngebiete sind die Themen **Erfolg, Leadership, Teambuilding** und **soziale Kompetenz**.

Für weitere Einzelheiten sowie die Erstellung eines konkreten Konzeptes und Angebots für Ihr Unternehmen stehen wir Ihnen in einem Gespräch gerne persönlich zur Verfügung.

INFOS ZU WEITEREN COACHING-, SEMINAR- UND TRAININGS ANGEBOTEN

www.marc-habermann.com
www.walkandtalk.at

